Personal Safety In Public Places Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La concienciación sobre la seguridad personal en los entornos urbanos es un fenómeno relativamente nuevo. El objetivo de crear entornos más seguros se ha limitado tradicionalmente a la prevención de accidentes y la reducción de los delitos contra la propiedad. La seguridad personal es diferente, ya que se centra en lo cómodo o seguro que se siente un individuo en una situación determinada.

CUÁL ES EL PELIGRO

PELIGROS DE AGRESIÓN FÍSICA

Cada vez son más las personas que expresan preocupación por su seguridad personal en entornos urbanos. La gente siente miedo de utilizar los espacios y las instalaciones públicas. Este miedo a la violencia y la percepción de que un entorno es inseguro es, de hecho, un obstáculo para que muchas personas utilicen y disfruten del espacio público.
Si usted es agredido físicamente, sepa que no hay una forma "correcta" de responder. Tendrá que evaluar sus capacidades y la situación, y luego determinar cuál es la mejor forma de actuar. A veces, la resistencia y un grito de auxilio bastan para disuadir al agresor. Puede intentar convencer al agresor de que no cometa el delito o puede someterse e intentar escapar. Tiene derecho a defenderse razonablemente.

COMO PROTEGERSE

CONCIENCIA PERSONAL

El primer paso para estar seguro en lugares públicos es ser

consciente de lo que ocurre a su alrededor. Los ladrones no quieren llamar la atención. Si ven que usted se ha fijado en ellos -o peor aún, que ha establecido contacto visual- es probable que no se conviertan en su objetivo. Hay mucha gente a su alrededor que no está prestando atención y que puede convertirse en la próxima víctima del ladrón.

MOVIMIENTOS DECIDIDOS

Empiece por echar un vistazo rápido a la multitud. Busque la ruta que quiere seguir para llegar a su destino. Todo esto es una práctica de estar presente entre la multitud. Con la práctica, incluso desarrollará el sentido de si algo está fuera de lugar, incluso en una gran multitud.

PRECAUCIONES EN LA CALLE

- Manténgase alerta a su entorno y a las personas que le rodean, especialmente si está solo o es de noche.
- Siempre que sea posible, viaje acompañado.
- Permanezca en zonas bien iluminadas en la medida de lo posible.
- Camine cerca de la acera. Evite portales, arbustos y callejones donde alguien pueda esconderse.
- Camine con seguridad y a paso firme.
- Mantenga el contacto visual con la gente mientras camina.
- No responda a las conversaciones de desconocidos en la calle: siga caminando.
- Si lleva bolso, llévelo bien sujeto entre el brazo y el cuerpo. Aunque la intención de un ladrón de bolsos sea robarlo, su seguridad personal puede depender de que no se aferre a él.
- No utilice ni lleve nada que le impida la visión o la audición (por ejemplo, iPods).

MEDIDAS DE SEGURIDAD EN UN LUGAR PÚBLICO

Las personas no deberían vivir con miedo cuando salen de casa. Si se siente ansioso cuando está en un lugar concurrido, tome una clase de iniciación a la defensa personal. Las destrezas que

aprenda, por ejemplo cómo parecer seguro en público y cómo incapacitar a los atacantes, le serán muy valiosas. Aunque nunca llegue a utilizarlas, se sentirá más seguro y con más control. He aquí algunas medidas.

- Evite caminar solo y utilizar atajos por zonas desconocidas y desiertas.
- Muéstrese seguro de sí mismo y sea consciente de lo que le rodea.
- Circule por zonas bien iluminadas y aléjese de arbustos, portales y edificios. Intente tomar rutas utilizadas por otras personas.
- Lleve un tique de taxi de emergencia.
- Si tiene que trabajar hasta tarde, acerque su coche a un edificio, en una zona bien iluminada.
- Tenga las llaves a mano para poder entrar rápidamente en su coche o residencia.
- Compruebe el interior y bajo de su vehículo antes de entrar.
- Cierre el coche con llave en cuanto entre o salga de él.
- Mantenga cerradas las ventanillas y el techo solar del coche.

ALGUNOS CONSEJOS DE SEGURIDAD SENCILLOS Y SENSATOS (SSSST)

- Guarde la cartera en el bolsillo delantero del pantalón si es hombre.
- Las mujeres deben llevar el bolso cerca de ellas, o entre ellas y una amiga.
- Mantenga una mano libre y lleve el menor número de objetos posible.
- Nunca deje sus cosas en el suelo, y no aparte los ojos de ellas.
- Intente mirar a la gente mientras camina: los ladrones suelen acercarse por detrás.
- Los auriculares dificultan la audición de las personas que le rodean.
- Cuando camine junto a una calle muy transitada, manténgase lo más alejado posible de la calle, hacia el interior de la acera.

- Si alguien le coge el bolso o las bolsas, déjelo ir: puede provocar graves actos de violencia si intenta resistirse.

CONSEJOS DE SEGURIDAD PERSONAL

- No puede evitar todos los riesgos, pero no es prudente actuar sin tomar precauciones.
- Sus mejores herramientas de seguridad son su cerebro y su sentido común.
- Escuche su intuición y siga sus instintos para ponerse a salvo.

CONCLUSIÓN

La gente quiere disfrutar de todas las comodidades de la vida que les son evitables en los lugares públicos de nuestra sociedad. Por desgracia, hay quienes se empeñan en frustrar los sueños sociales básicos de la mayoría.